

**IX Congreso de la Asociación Latinoamericana de Estudios Socioculturales del  
Deporte (ALESDE)  
Deportes, prácticas democráticas y sociedad: nuevas encrucijadas y desafíos en las  
tramas regionales**

**“Verão Vivo”: Música, Sudor, Sol, y... ¡Gimnasia Aeróbica en la playa!**

**“Verão Vivo”: Música, Suor, Sol, e... Ginástica Aeróbica na praia!**

**Eje 6 – Deporte y su relación con otros temas**

**Autoras:**

*Minciotti, Alessandra Nabeiro*

Universidade São Caetano do Sul, Brasil, [alessandra.minciotti@online.uscs.edu.br](mailto:alessandra.minciotti@online.uscs.edu.br)

*Arca, Patrícia Passaia Bassi*

Prefeitura Municipal de São Caetano do Sul, Brasil, [patricia.passaia@gmail.com](mailto:patricia.passaia@gmail.com)

*de Toledo, Eliana*

Universidade Estadual de Campinas, Brasil, [eliana.toledo@fca.unicamp.br](mailto:eliana.toledo@fca.unicamp.br)

**Resumen:**

Foi no século XX que a praia no Brasil passou a ser vista como um lugar de saúde e lazer, a partir de preceitos científicos e alinhando-se às tendências europeias de vida ao ar livre, dado que, muitas comunidades ribeirinhas, caiçaras e/ou indígenas já o faziam. E é esta convergência que traz o enfoque deste estudo, cujo objetivo é identificar como a praia permanece como um lócus da atividade física e das tendências da cultura corporal brasileira na década de 1980, especialmente por meio do programa “Verão Vivo”. Pesquisa de caráter histórico e de abordagem qualitativa, que se utilizou do método de História Oral. Para este recorte, optou-se por trazer a narrativa de um dos maiores protagonistas desta prática no país, o professor doutor Mauro Guiselini. Na década de 1980, a Ginástica Aeróbica (GAE) teve um “boom”, especialmente em São Paulo, com academias como Marathon e Companhia Athletica ganhando destaque. A mídia televisiva, com programas como “Verão Vivo na Band”, ajudou a popularizar a GAE, promovendo-a em praias durante o verão. O programa, que incluía competições esportivas e ginástica, alcançou grande audiência, consolidando a prática no imaginário coletivo e lotando as academias. A GAE tornou-se um fenômeno cultural, integrando-se a diversos setores sociais e promovendo saúde e bem-estar. Essa iniciativa de entretenimento e atividade física ao ar livre deixou um legado duradouro na promoção de um estilo de vida saudável no Brasil.

**Palabras clave:** Gimnasia Aeróbica – Brasil – Playa – Verano - Deporte en la naturaleza

## Texto principal:

A faixa litorânea do território brasileiro é uma região de extrema importância geográfica, econômica, social e ambiental; e um dos mais extensos do mundo (10,9 mil quilômetros), abrangendo desde a foz do rio Oiapoque (AM) até o arroio Chuí (RS) (IBGE, 2022). Abriga uma diversidade de ecossistemas, incluindo manguezais, praias, recifes de corais, restingas e dunas, além de ser o lar de uma rica biodiversidade marinha e terrestre, que tanto caracteriza nosso país.

Esta diversidade possibilita também a prática de diferentes tipos de esportes e formas de atividade física, que não apenas promovem um papel significativo na economia, mas também, se constituem como expressão de um estilo de vida, caracterizado pelo bom viver, pela busca da saúde e pela conexão com a natureza.

De acordo com Terra (2016), o litoral paulista aparecia de uma forma pouco atrativa na imprensa e aos poucos vai sendo modernizada com as melhorias e reestruturação do porto. Bondes elétricos e linhas que chegariam até a orla, bem como o aparecimento de hotéis de médio e grande porte, como importantes acontecimentos numa nova forma de relacionar-se com a praia.

Ainda segundo o autor, a partir do século XIX é que os banhos de mar no litoral paulista passam a fazer parte da rotina de algumas famílias burguesas, endossados por uma literatura médica e científica brasileira que vê na água salgada e fria qualidades terapêuticas. Clubes sociais e esportivos, que já vinham aparecendo no final do século anterior, consolidam-se na virada do século, juntando-se a outros que viriam a surgir.

O Brasil, e seu estado paulista de vanguarda, acionam para as tendências internacionais, sobretudo as européias, que fortalecem os preceitos da necessidade da vida ao ar livre e na natureza, a exemplo de Georges Hébert. Segundo Soares (2015, p. 156):

Ele insiste na ideia de que, antes de tudo, os seres humanos de ambos os sexos em suas diferentes idades são seres que necessitam de ar, de luz e de movimento e que são organizados para viver ao ar livre (Hébert, 1921). A natureza, em sua obra, é pródiga não apenas para as curas, mas também para procedimentos educativos e divertimentos que, deliberadamente, afastam-se das cidades.

Assim, foi em meados do século XX, que o litoral brasileiro passa também a ser percebido como um lugar novo, e a praia como capaz de curar, revigorar as energias, pedagogizar, divertir, embelezar, emerge como cenário ideal para reunir duas tendências

incisivas na época: a exortação de uma vida ao ar livre e o advento da cultura física (Montenegro, 2020). A ascendência desse movimento encontra outro movimento: o aerobismo! Que vinha fazendo parte da preparação física dos esportistas (como da seleção de futebol) e lotando as orlas com as “corridas do Cooper” (Minciotti e Toledo, ano).

E é esta convergência que traz o enfoque deste estudo, cujo objetivo é identificar como a praia permanece como um lócus da atividade física e das tendências da cultura corporal brasileira na década de 1980, especialmente por meio do programa “Verão Vivo”.

Trata-se de uma pesquisa de caráter histórico e de abordagem qualitativa, que se utilizou do método de História Oral (Alberti, 2013; Meihy; Barbosa, 2017; Thompson, 2002), parte de uma outra maior, em nível de doutorado (CAAE: 04087518.3.0000.5404) sobre aspectos históricos da Ginástica Aeróbica (GAE) no Brasil. Especificamente para este recorte, optou-se por trazer a narrativa de um dos maiores protagonistas da Ginástica Aeróbica no país, o professor doutor Mauro Guiselini, a partir de uma análise cruzada de Thompson (2002).

Utilizou-se também uma pesquisa documental sobre a GAE e o programa “Verão Vivo”, a partir do acervo do entrevistado e de documentos disponíveis em plataformas digitais públicas (*openaccess*) e em teses e dissertações sobre o tema (diretório de pesquisas da CAPES).

Indubitavelmente a década de 1980 foi o “boom” da Ginástica Aeróbica no Brasil, em especial, na cidade de São Paulo (Toledo, 2010). De acordo com Novaes (1991), foi na capital paulista que a modalidade se desenvolveu e ganhou evidência. Academias paulistanas como a Marathon, Olímpia Park, Training Club, Companhia Athletica e Runner, se destacaram nos anos 80. Elas se tornaram espaços abrangentes que atendiam às crescentes demandas por atividade física, saúde e bem-estar (Nobre, 1999).

Já existiam as academias pequenas, mas foi neste período que as grandes academias estavam começando em São Paulo, como a Runner, a Competition, a Training Club, a Marathon e depois da Companhia Atlética veio a Fórmula Academia (Mauro Guiselini).

A proliferação da Ginástica Aeróbica, seja para o condicionamento físico seja para a competição, se ampliava nesta década, com muitos setores sociais envolvidos, sobretudo numa popularização que vai ocupando desde as academias de bairro, com porte menor, até associações de caráter esportivo e/ou social, a exemplo de clubes.

Muitas destas academias já propunham em suas grades horárias a então Ginástica Aeróbica, e algumas delas, utilizam esta prática como “carro chefe” de suas práticas de condicionamento. As aulas de Ginástica Aeróbica se disseminavam rapidamente e cursos foram criados para atender os profissionais em Educação Física sedentos por esta nova formação.

Vamos fazer o seguinte, *Aerobic Dance* no Brasil não pega, *Aerobic* é o nome que tá pegando por que vem do Cooper (*jogging*). O Brasil tem a cultura de Ginástica sueca, francesa, dinamarquesa, nossa cultura, a nossa formação é de ginástica. Diferente do americano que não tem a cultura de Ginástica. Aí eu falei para o pessoal: Vamos usar o nome de Ginástica Aeróbica? Colocamos na grade de aulas e aí começou. A coisa foi tão interessante que eu cheguei para o pessoal da Runner e falei: Vamos fazer uma clínica de Ginástica Aeróbica? Foi a primeira clínica de Ginástica Aeróbica do Brasil, em São Paulo, na Runner. Nós juntamos 400 professores, foi uma febre, todos os professores das academias que estavam pipocando, que não tinham referências, foi todo mundo, ficaram 300 de fora. Duas, três semanas depois, repetimos a clínica para mais 300 pessoas (Mauro Guiselini).

Atento a esta nova demanda, a mídia televisiva da época, abordava a Ginástica Aeróbica por meio dos programas diários para mulheres, como a “TV Mulher” na rede Globo (Toledo, 2010) e o “Mulher 87” na Bandeirantes (Minciotti, 2023). Noticiários já mencionavam alguns eventos da prática, e outros, em diferentes períodos do ano, criavam programas específicos para este fim.

Vale ressaltar que a televisão desempenhou um papel crucial na década de 1980, influenciando a cultura, a tecnologia, a política e a sociedade, de diversas maneiras. Ela ajudou a unir o mundo em torno da cultura pop, proporcionou avanços tecnológicos significativos e contribuiu para a formação da opinião pública em questões políticas e sociais. Programas de TV, filmes e músicas tornaram-se mais acessíveis a públicos em todo o mundo. Além disso, a popularização dos videocassetes, DVD players e videogames deu início a uma nova era de entretenimento doméstico (Santaella, 2001).

O período de férias escolares e de muitos(as) trabalhadores(as), no período do verão no país (meses de dezembro e janeiro), traziam outros olhares para os programas televisivos, uma vez que é típico os(as) brasileiros(as) voltarem suas viagens, com amigos ou em família, para a praia, ou seja, para este vasto e “delicioso” litoral para curtir o sol e o mar.

Neste bojo de programação televisiva, havia uma especial de verão, na qual estava o programa “Verão Vivo na Band”, exibido pela Rede Bandeirantes de Televisão, aos domingos, em horário nobre, com várias atividades feitas na praia (Guarujá, 2013).

De acordo com o autor supracitado, o programa "Verão Vivo" foi um programa de televisão voltado para o entretenimento e lazer, que aproveitava a temporada de verão para engajar o público. Programa inovador ao levar a produção televisiva para fora dos estúdios, capturando a essência do verão brasileiro, proporcionando entretenimento leve e descontraído para o público. Incluía uma variedade de atividades ao ar livre, como ginástica aeróbica, competições esportivas, jogos de praia, concursos de beleza, apresentações musicais e entrevistas com celebridades.

Com suas atividades ao ar livre, interação com os(as) espectadores(as) e o cenário natural das praias, o programa alcançou marcar impressionantes de público e audiência, como relatado pelo nosso entrevistado, o professor Dr. Mauro Guiselini:

Os primeiros campeonatos de Ginástica Aeróbica da Runner foram feitos na praia. O programa Verão Vivo na Band era líder de audiência aos domingos. Foi lá que dei minha maior aula! Eu tenho a foto, uma foto que tem 10.000 pessoas. É... então a gente fez lá, com o Luciano do Valle e isso ajudou a divulgar a Ginástica Aeróbica. Imagina mais de 10, 12 mil pessoas, eu no palco lá com 10.000 pessoas... Um negócio de doido! Eu me sentia um Popstar! Pensando hoje, até parece que não aconteceu!

Imagem 1 - Verão Vivo na Band e o alto índice de praticantes



Fonte: acervo pessoal Mauro Guiselini.

Esta narrativa do professor evidencia um movimento de fortalecimento mútuo entre o programa e a GAE. A emissora colaborara no financiamento das instalações, em

parceria com a Prefeitura e outras marcas; e a academia Runner trazia sua equipe de professores. Uma parceria de sucesso!

A imagem é ilustrativa da amplitude do arrebatamento da Ginástica Aeróbica, que envolvia um grande contingente de pessoas, de diferentes faixas etárias, gêneros e etnias. Uma aula ao ar livre, de forma gratuita, no lugar que o(a) paulista (e o brasileiro/a) mais gosta de curtir o verão: a praia! E este é um elemento tipicamente nacional, num país com vasto litoral. Corpo ao sol, ao mar, à vida! Exposto e disposto para o movimento, para a celebração do encontro (com familiares, amigos ou anônimos). O lugar para a aula, e para a veiculação do programa em rede nacional, não poderia ser mais apropriado! Identificamos uma multidão diversa em sexo, etnia, faixa etária, vestimenta, dentre outras características. Em alinhamento com o espaço aberto e democrático da praia, a GAE poderia ser realizada pelos mais diferentes perfis de frequentadores(as), empolgados(as) com a música pulsante e o agito do corpo.

Imagem 2 – Estrutura do palco, professores(as), patrocínio e participantes do Verão Vivo



Fonte: Guarujá (2013)

Esta imagem evidencia a logomarca da Kodak (marca de filmes e máquinas fotográficas da época), com um grande investimento neste movimento da GAE e de sua visibilidade em horário nobre pela emissora. A praia lotada como de costume neste período do ano, e os(as) paulistas já contaminados(as) pela Ginástica Aeróbica! E quem não a conhecia, passou a conhecer à beira do mar, ou pelo programa televisivo.

A Ginástica Aeróbica no programa "Verão Vivo" foi uma iniciativa bem-sucedida que combinou entretenimento, saúde e bem-estar (fonte). Ao levar a prática da Ginástica Aeróbica

para as praias e envolver o público de maneira ativa, o programa não só capitalizou uma tendência da época, mas também deixou um legado positivo na promoção de um estilo de vida saudável.

O programa Verão Vivo teve um papel relevante na disseminação da Ginástica Aeróbica, pois, dado seu alcance em rede nacional, aos domingos e num horário nobre, possibilitou ainda mais sua popularização.

Identifica-se setores sociais diversos engajados e comprometidos com um movimento que preconizava a saúde, sobretudo ainda alimentado no imaginário coletivo pelos princípios aeróbicos do método Cooper tão fortalecidos por organizações mundiais de saúde, como a OMS, dentre outras instituições (nacionais e internacionais) de promoção da saúde e do esporte (Toledo, 2010; Minciotti & Toledo, 2021).

Setores estes diretamente ligados à prática da GAE, como as academias de ginástica; representantes da indústria e do comércio; assim como, do poder público.

Todo este movimento foi responsável por uma proposta específica de divertimento e atividade física ao ar livre e na praia, este lócus tão singular, democrático e querido por brasileiros(as) no verão. E nela, o corpo seguiu em suor, movimento e fruição, nos *beats* e saltitamentos da Ginástica Aeróbica.

## Referências

Alberti, V. (2013). Manual de história oral. (3ª ed.). Rio de Janeiro: Editora FGV.

Guarujá (2013). Fatos e fotos da nossa história. **Verão Vivo anos 80** – TV Bandeirantes. Disponível em: <https://guarujafatosefotosdanossahistoria.blogspot.com/2013/06/verao-vivo-anos-80-tv-bandeirantes.html>

IBGE (2022). Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. **Municípios de frontantes com o mar**. Rio de Janeiro: IBGE. Disponível em: <https://www.ibge.gov.br/geociencias/organizacao-do-territorio/estrutura-territorial/24072-municipios-defrontantes-com-o-mar.html?=&t=sobre>

Meihy, J. C. S. B. & Barbosa, F. H. (2017). História oral: como fazer, como pensar. (2ª. ed.). São Paulo: Contexto.

Minciotti, A. N. (2023). Ginástica aeróbica em São Paulo: oralidade de pioneiros(as). (Tese de Doutorado). Universidade Estadual de Campinas, Faculdade de Educação Física, Campinas, São Paulo.

Minciotti, A. N. & Toledo, E. (2021). Kenneth Cooper e sua influência na trajetória histórica da Aerobic Dance no Brasil. In: Anais X Seminário Nacional do Centro de Memória-Unicamp – Independência ou Morte? Memórias do Brasil (1822-2022). Campinas, SP: Centro de Memória-Unicamp (CMU).

- Montenegro, N. R. (2020). A cultura física e suas manifestações no litoral de Fortaleza (1925-1946): Novos modos de se educar e de se divertir. (Dissertação de Mestrado). Universidade Estadual de Campinas, Faculdade de Educação. Campinas, São Paulo.
- Nobre, L. (1999). (Re)projetando a Academia de Ginástica. Guarulhos, SP: Phorte.
- Novaes, J. S. (1991). Ginástica em Academia no Rio de Janeiro: uma perspectiva histórico-descritiva. Rio de Janeiro: Sprint.
- Santaella, L. (2001). Matrizes da linguagem e pensamento: sonora, visual, verbal: aplicações na hipermídia. São Paulo: Iluminuras.
- Soares, C. L. (2015). Uma educação pela natureza: o método de educação física de Georges Hébert. *Revista Brasileira de Ciências do Esporte*, 37(2), 151–157. <https://doi.org/10.1016/j.rbce.2014.11.016>
- Terra, V. (2016). A invenção da praia de Santos (1880 1940). In: Soares, C. L. Uma educação pela natureza: a vida ao ar livre, o corpo e a ordem urbana (pp. 205-238). Campinas: Autores Associados.
- Thompson, P. (2002). A voz do passado: história oral. (3ª ed.). Rio de Janeiro: Paz e Terra.
- Toledo, E. de. (2010). A legitimação da ginástica de academia na modernidade: um estudo da década de 1980. (Tese de Doutorado em História). Pontifícia Universidade Católica de São Paulo, São Paulo.